

# “串”起身边风景 通往美好生活

## 石家庄市百公里环城绿道开通,成为骑行爱好者新的打卡地



本报讯(记者 冯晶)12月1日,石家庄市环城绿道正式开通。这条环城绿道沿滹沱河和环城水系而建,串联起沿线16座景观公园,在城市周边形成了一条骑行、慢跑、步行廊道。打造了可休闲体验、健身活动的绿色空间。

据介绍,环城绿道突出“简约、节约、便捷、舒适、无障碍、智慧化”理念,充分考虑市民融入和人景互动。北线沿滹沱河,东线、南线沿环城水系,西线沿环城水系、G2002绕城高速连接滹沱河实现闭环,通过架设桥梁、提升景观和完善绿地等举措,形成全长101公里的滨水绿道,供市民游览畅行。截至目前,除涉铁路、涉南水北调点位需绕行临时路线外,百公里环城绿道已全面开通。

除了串联起滹沱河、环城水系沿线的公园景观,环城绿道在改造现有绿道和游憩路的基础上,还新建了地上天桥、水面栈桥以及地下穿桥,形成全程无障碍贯通的骑行道、步行道。为加强环城绿道与中心城区串联衔接,全线设置了50多处出入口,实现环城绿道与滹沱河、环城水系公园广场进出顺畅。

为给骑行爱好者提供丰富的骑行体验,绿道东线、南线限速10公里每小时,以休闲骑行为主;北线、西线环城水系段限速15公里每小时,以观光骑行为主;西线绕城高速段以快速骑行为主。绿道沿线建设了乒乓球、羽毛球、篮球、五人制足球、滑板、轮滑等运动场地,满足全年龄段市民的健身需求,并设置停车场、公厕、驿站等公共服务设施,提升市民体验感。

环城绿道将城市周边最具特色的景观资源串联到一起,在充分利用现有景观资源的基础上,通过丰富植物品种、梳理景观层次、修补绿化断带等措施,全面提升沿线景观品质。沿绿道北线可以欣赏滹沱河花海、晓月湖湿地、冀之光塔、音乐喷泉、揽秀塔等大开大合的山水景观,遥望正定古城、新区优美的城市天际线,领略太平河城市片区的魅力;西线可以看到广袤的农田景观、优美的西山落日晚霞景观;南线以城市公园景观为主;东线更多的是感受城市建设风貌。沿着绿道看风景,成为一种美的享受。

环城绿道将城市周边最具特色的景观资源串联到一起,在充分利用现有景观资源的基础上,通过丰富植物品种、梳理景观层次、修补绿化断带等措施,全面提升沿线景观品质。沿绿道北线可以欣赏滹沱河花海、晓月湖湿地、冀之光塔、音乐喷泉、揽秀塔等大开大合的山水景观,遥望正定古城、新区优美的城市天际线,领略太平河城市片区的魅力;西线可以看到广袤的农田景观、优美的西山落日晚霞景观;南线以城市公园景观为主;东线更多的是感受城市建设风貌。沿着绿道看风景,成为一种美的享受。

### 信息资讯 >>>

## 沧州东光: 京津冀武林高手斗技

本报讯(记者 冯晶)近日“民族团结杯”2024年京津冀传统武术精英邀请赛在沧州市东光县成功举办。来自京津冀地区53支传统武术代表队的500余名运动员齐聚一堂,切磋技艺、共话友情。本次比赛项目分为武术类(包含传统项目、自选项目、集体项目等)和散打类(包含男女各公斤级),各项目分别设置了一、二、三等奖及优秀奖。

在比赛中,各路“武林高手”分别登场亮相,他们行云流水的拳术套路、刚柔相济的武术动作,充分展示了传统武术的魅力。

## 衡水冀州: 农民运动会欢乐多

本报讯(记者 冯晶)11月30日,冀州区乡村农民运动会在北漳淮乡举行。运动会设置8个比赛项目:桌上冰壶、乒乓球、弓箭射击、推铁环、碰拐、踢毽子、跳绳、拔河。一项项集健身性、趣味性和参与性于一体的比赛项目,也让各村广大群众由田间地头的“庄稼汉”,摇身一变成了赛场上的“运动健儿”。

运动会在精彩的戏曲表演中开始,村民队伍有序上场,个个摩拳擦掌、迫不及待上场比试,现场既紧张刺激又文明和谐,其乐融融,群众被有趣的比赛逗得开怀大笑,所有人都沉浸在运动会的欢乐氛围中。

## 石家庄平山: 乡村定向系列赛开赛

本报讯(记者 冯晶)近日,2024年“寻找美丽中华”全国乡村定向系列赛事活动(河北平山站)在革命圣地西柏坡的柏里水乡举办。来自全国各地的500余名定向运动爱好者参加比赛。此次赛事为短距离定向赛,设有精英男子、女子,公开男子、女子,青少年男子、女子及家庭亲子组7个组别。随着嘉宾按动开赛喇叭,参赛选手分批次出发,穿梭于柏里水乡的集市、书院,体验着与城市不一样的烟火生活。

经过激烈的角逐,来自河北省的刘凯浩、北京市的贾玉霞分别取得精英男子、女子组冠军;公开男子、女子组冠军是来自山西省的李鹏鹏、河北省的杨清清;青少年男子、女子组的冠军是来自北京市的尤异佳、河北省的赵甜卉;家庭亲子组冠军由河北省的张昊翔家庭获得。

## 冬日暖阳下,飘动“小蓝帽”

### 全民健身志愿服务走进邯郸沧州社区

本报讯(记者 冯晶)11月26日,2024“小蓝帽在行动”邯郸市全民健身志愿服务活动走进丛台区人和小区广场,在初冬暖阳下吸引了众多居民热情参与。

活动现场,一群身着蓝色制服、头戴小蓝帽的志愿者们成为了一道亮丽的风景线。他们带来了精心编排的体育健身舞蹈——《黄河源头》,该舞蹈将传统舞蹈元素与现代健身理念巧妙融合,兼具文化特色与锻炼效果。志愿者们耐心地为社区居民讲解动作要领并进行示范指导,居民们积极响应,从最初的略显生疏逐渐变得流畅自如,大家跟随着音乐的节奏尽情挥洒汗水,充分体验到运动带来的乐趣与活力。

11月29日下午,“小蓝帽在行动”河北省全民健身志愿服务活动“科学健身指导走基层”沧州南皮站的活动在南皮县刘秀才村举行。

在科学健身指导区域,“小蓝帽”志愿者带领健身气功爱好者共同学习八段锦基本动作要领,指导大家规范动作,让健身更科学。在健身项目交流和健康咨询区域,“小蓝帽”志愿者们为群众讲解运动受伤后如何科学康复调理,将理论与实践完美结合,使群众更加了解运动损伤后如何康复。同时,“小蓝帽”还根据部分群众的身体状况和健身目标,为他们量身定制了个性化的健身计划。

活动现场,“小蓝帽”志愿者们还为参与的群众准备了“健身大礼包”,里面有跳绳等运动器材。

据了解,“小蓝帽在行动”系列活动自启动以来已深入我省多个乡村、企业、机关等地,通过持续开展体育培训、健康讲堂、技能指导等丰富多样的志愿服务活动,进一步扩大全民健身的覆盖面和影响力,为提升全市人民的身体素质和健康水平作出积极贡献。